

健 生 発 0915 第 5 号
令 和 8 年 9 月 15 日

別記 殿

厚生労働省健康・生活衛生局長
(公 印 省 略)

「国民の健康の増進の総合的な推進を図るための基本的な方針の一部を改正する件」等について（通知）

健康増進法（平成 14 年法律第 103 号）第 7 条第 1 項に基づく国民の健康の増進の総合的な推進を図るための基本的な方針の一部を改正する件については、別添のとおり告示するとともに、通知を都道府県知事、保健所設置市長及び特別区長あてに発出しましたので、御送付いたします。

つきましては、関係機関、関係団体等への周知に御配慮・御協力をいただきますようお願いいたします。



(別記)

<健康増進事業実施者>

- 全国健康保険協会
- 健康保険組合連合会
- 全国国民健康保険組合協会
- 全国建設労働組合総連合
- 国民健康保険中央会
- 各都道府県後期高齢者医療広域連合
- 国家公務員共済組合
- 地方公務員共済組合
- 日本私立学校振興・共済事業団

<医療機関その他の関係者>

- 日本医師会
- 日本歯科医師会
- 日本薬剤師会
- 日本看護協会
- 全国保健師長会
- 日本栄養士会
- 健康日本21推進全国連絡協議会

健 生 発 0915 第 4 号
令 和 8 年 9 月 15 日

各

都道府県知事 保健所設置市長 特別区長

 殿

厚生労働省健康・生活衛生局長
(公 印 省 略)

「国民の健康の増進の総合的な推進を図るための基本的な方針の一部を改正する件」等について（通知）

「国民の健康の増進の総合的な推進を図るための基本的な方針の一部を改正する件」（令和 8 年厚生労働省告示第 346 号）（別添参照）が、令和 8 年 9 月 15 日に告示され、同日から適用することとされたところであるが、その改正の趣旨、内容等は下記のとおりであるので、御了知の上、貴管内市町村、関係団体及び関係機関等に対する周知についてよろしく御配慮願いたい。

記

1 改正の趣旨

厚生労働大臣は、健康増進法（平成 14 年法律第 103 号）第 7 条第 1 項の規定に基づき、国民の健康の増進の総合的な推進を図るための基本的な方針（以下「健康日本 21（第三次）」という。）を定めるものとされており、令和 5 年厚生労働省告示第 207 号をもって告示されている。

健康日本 21（第三次）においては、別表で設定される具体的な目標について、計画開始後 6 年（令和 11 年度）を目途に中間評価を、計画開始後 10 年（令和 15 年度）を目途に最終評価を行い、目標を達成するための諸活動の成果を適切に評価し、その後の健康増進の取組に反映することとしている。また、中間評価及び最終評価の際に用いる比較値（以下「ベースライン値」という。）については、令和 6 年度までの最新値とすることとしている。

今般、令和 6 年国民健康・栄養調査の結果等を踏まえ、健康日本 21（第三次）の目標項目のベースライン値について健康日本 21（第三次）推進専門委員会では審議を行い、厚生科学審議会地域保健健康増進栄養部会（以下「栄養部会」という。）に報告の上、決定された。

また、ベースライン値の設定に合わせて、計画策定時に設定した目標値の見直しを行うこととし、栄養部会に報告を行った。

2 改正の内容

下記の目標項目について、健康日本 21（第三次）策定時に設定した目標値の改正等所要の改正を行う。

- ・ 他計画の目標を引用している項目で、計画策定時点で具体的目標値が未定であった項目（別表第2の2（2）④～⑥、（3）⑤～⑦）
- ・ 引用元の計画において目標値等が見直されている項目（別表第2の1（3）③、別表第3の2②、3②）
- ・ ベースライン値を確認後に具体的数値を設定することとしていた項目（別表第2の2（2）②③、別表第3の1②、別表第4の（2）③）
- ・ ベースライン値が既に目標値に到達している項目（別表第2の1（1）③、1（2）①、1（6）②）

3 ベースライン値について

栄養部会において見直しが了承されたベースライン値について、その具体的な数値は、栄養部会ホームページに掲載しているので、参照いただきたい。

（参考） 第61回厚生科学審議会地域保健健康増進栄養部会 資料2

https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_73636.html

○厚生労働省告示第百四十六号

健康増進法（平成十四年法律第百三号）第七条第一項の規定に基づき、国民の健康の増進の総合的な推進を図るための基本的な方針（令和五年厚生労働省告示第百七号）の一部を次の表のように改正したので、同条第四項の規定に基づき公表する。

令和八年九月十五日

厚生労働大臣 上野賢一郎
(傍線部分は改正部分)

各世後

別表第二 個人の行動と健康状態の改善に関する目標

1 生活習慣の改善

(1) 栄養・食生活

目 標	指 標	目 標 値
①・② (略)	(略)	(略)
③ バランスの良い食事を摂っている者の増加	(略)	70% (令和14年度)
④～⑥ (略)	(略)	(略)

(2) 身体活動・運動

目 標	指 標	目 標 値
① 日常生活における歩数の増加	(略)	8,000歩 (令和14年度)
②・③ (略)	(略)	(略)

(3) 休養・睡眠

目 標	指 標	目 標 値
①・② (略)	(略)	(略)
③ 週労働時間60時間以上の雇用者の減少	(略)	5 % (令和10年)

(4)・(5) (略)

(6) 歯・口腔の健康

目 標	指 標	目 標 値
① (略)	(略)	(略)
② よく噛んで食べることができる者の増加	(略)	90% (令和14年度)
③ (略)	(略)	(略)

各世前

別表第二 個人の行動と健康状態の改善に関する目標

1 生活習慣の改善

(1) 栄養・食生活

目 標	指 標	目 標 値
①・② (略)	(略)	(略)
③ バランスの良い食事を摂っている者の増加	(略)	50% (令和14年度)
④～⑥ (略)	(略)	(略)

(2) 身体活動・運動

目 標	指 標	目 標 値
① 日常生活における歩数の増加	(略)	7,100歩 (令和14年度)
②・③ (略)	(略)	(略)

(3) 休養・睡眠

目 標	指 標	目 標 値
①・② (略)	(略)	(略)
③ 週労働時間60時間以上の雇用者の減少	(略)	5 % (令和 7 年)

(4)・(5) (略)

(6) 歯・口腔の健康

目 標	指 標	目 標 値
① (略)	(略)	(略)
② よく噛んで食べることができる者の増加	(略)	80% (令和14年度)
③ (略)	(略)	(略)

2 生活習慣病（NCDs）の発症予防・重症化予防

- (1) (略)
(2) 循環器病

目 標	指 標	目 標 値
① (略)	(略)	(略)
② 高血圧の改善	(略)	122mmHg (令和14年度)
③ 脂質（LDLコレステロール）高値の者の減少	(略)	6.5% (令和14年度)
④ メタボリックシンドロームの該当者及び予備群の減少	(略)	1,100万人 (令和11年度)
⑤ 特定健康診査の実施率の向上	(略)	70% (令和11年度)
⑥ 特定保健指導の実施率の向上	(略)	45% (令和11年度)

(3) 糖尿病

目 標	指 標	目 標 値
① 糖尿病の合併症（糖尿病腎症）の減少	(略)	12,000人 (令和14年度)
②～④ (略)	(略)	(略)
⑤ メタボリックシンドロームの該当者及び予備群の減少（再掲）	(略)	1,100万人 (令和11年度)
⑥ 特定健康診査の実施率の向上（再掲）	(略)	70% (令和11年度)
⑦ 特定保健指導の実施率の向上（再掲）	(略)	45% (令和11年度)

(4) (略)

3 (略)

2 生活習慣病（NCDs）の発症予防・重症化予防

- (1) (略)
(2) 循環器病

目 標	指 標	目 標 値
① (略)	(略)	(略)
② 高血圧の改善	(略)	ベースライン値から 5 mmHgの低下 (令和14年度)
③ 脂質（LDLコレステロール）高値の者の減少	(略)	ベースライン値から25%の 減少 (令和14年度)
④ メタボリックシンドロームの該当者及び予備群の減少	(略)	令和6年度から開始する第 4期医療費適正化計画（以 下「第4期医療費適正化計 画」という。）に合わせて設 定
⑤ 特定健康診査の実施率の向上	(略)	第4期医療費適正化計画に 合わせて設定
⑥ 特定保健指導の実施率の向上	(略)	第4期医療費適正化計画に 合わせて設定

(3) 糖尿病

目 標	指 標	目 標 値
① 糖尿病の合併症（糖尿病腎症）の減少	(略)	12,000人 (令和14年度)
②～④ (略)	(略)	(略)
⑤ メタボリックシンドロームの該当者及び予備群の減少（再掲）	(略)	第4期医療費適正化計画に 合わせて設定
⑥ 特定健康診査の実施率の向上（再掲）	(略)	第4期医療費適正化計画に 合わせて設定
⑦ 特定保健指導の実施率の向上（再掲）	(略)	第4期医療費適正化計画に 合わせて設定

(4) (略)

3 (略)

別表第三 社会環境の質の向上に関する目標

1 社会とのつながり・こころの健康の維持及び向上

目 標	指 標	目 標 値
① (略)	(略)	(略)
② 社会活動を行っている者の増加	(略)	90% (令和14年度)
③ (略)	(略)	(略)
④ メンタルヘルス対策に取り組む事業場の増加	(略)	80% (令和9年)
⑤ (略)	(略)	(略)

2 自然に健康になれる環境づくり

目 標	指 標	目 標 値
① (略)	(略)	(略)
② 「居心地が良く歩きたくなる」まちなかづくりに取り組む市町村数の増加	(略)	200市町村 (令和12年度)
③ (略)	(略)	(略)

3 誰もがアクセスできる健康増進のための基盤の整備

目 標	指 標	目 標 値
① (略)	(略)	(略)
② 健康経営の推進	(略)	15万社 (令和7年度)
③ (略)	(略)	(略)
④ 必要な産業保健サービスを提供している事業場の増加	(略)	80% (令和9年)

別表第四 ライフコースアプローチを踏まえた健康づくりに関する目標

- (1) (略)
(2) 高齢者

目 標	指 標	目 標 値
①・② (略)	(略)	(略)
③ 社会活動を行っている高齢者の増加（社会活動を行っている者の増加の一部を再掲）	(略)	80% (令和14年度)

- (3) (略)

別表第三 社会環境の質の向上に関する目標

1 社会とのつながり・こころの健康の維持及び向上

目 標	指 標	目 標 値
① (略)	(略)	(略)
② 社会活動を行っている者の増加	(略)	ベースライン値から5%の増加 (令和14年度)
③ (略)	(略)	(略)
④ メンタルヘルス対策に取り組む事業場の増加	(略)	80% (令和9年度)
⑤ (略)	(略)	(略)

2 自然に健康になれる環境づくり

目 標	指 標	目 標 値
① (略)	(略)	(略)
② 「居心地が良く歩きたくなる」まちなかづくりに取り組む市町村数の増加	(略)	100市町村 (令和7年度)
③ (略)	(略)	(略)

3 誰もがアクセスできる健康増進のための基盤の整備

目 標	指 標	目 標 値
① (略)	(略)	(略)
② 健康経営の推進	(略)	10万社 (令和7年度)
③ (略)	(略)	(略)
④ 必要な産業保健サービスを提供している事業場の増加	(略)	80% (令和9年度)

別表第四 ライフコースアプローチを踏まえた健康づくりに関する目標

- (1) (略)
(2) 高齢者

目 標	指 標	目 標 値
①・② (略)	(略)	(略)
③ 社会活動を行っている高齢者の増加（社会活動を行っている者の増加の一部を再掲）	(略)	ベースライン値から10%の増加 (令和14年度)

- (3) (略)